7. 043 Varené údené stehno
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
údené stehno b. k.			7,00	7,00	8,00	8,00	9,00	9,00
hmotnosť porcie v g			44		50		56	

Receptúra

Výrobný postup

Údené mäso umyjeme v teplej vode, vložíme uvariť do vriacej vody do mäkka. Uvarené necháme vychladnúť, pokrájame na porcie.
Prílohy: strukovinové prívarky, dusená kapusta, zemiaky, knedľa. Môžeme podávať i s jablkovým chrenom.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	Vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A														
B	1364	327	4,14	34,9	0,0	0,1	0,0	13,6	0,3	0,000	0,1	0,1	0,0	0,0
C	1559	374	4,73	39,9	0,0	0,1	0,0	15,6	0,3	0,000	0,1	0,1	0,0	0,0
D	1754	421	5,32	44,9	0,0	0,1	0,0	17,5	0,3	0,000	0,1	0,1	0,0	0,0